Planning GYM & APA 2026

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
	Bruyères	Gentianes	Bruyères	Gentianes	Bruyères	Gentianes	Bruyères	Gentianes	Bruyères	Gentianes	Bruyères
8H30											
9H00				09h00-10h00 Pilates		09h00-10h00 GYM GLOBALE		09h00-10h00 GYM GLOBALE DOUCE			09h00-10h00 Cardio-training
9H30											
10H00	10h00-10h45 APA EQUILIBRE		10h00-10h45 APA	10h00-11h00 Gym sur chaise		10h15-11h15 Rose Pilates	10h00-11h00 Aviron				10h00-10h45 APA
10H30											
11H00	11h00-11h45 APA DOS		11h00-11h45 APA								
11H30									11h30-12h15 APA		
12H00		12h00-13h00 GYM GLOBALE				12h00-13h00 YOGA		12h00-13h00 GYM GLOBALE		12h00-13h00 GYM GLOBALE	
12H30											
13H00											
13H30											
14H00											
14H30											
15H00											
15H30											
16H00				16h00-17h00 GYM GLOBALE DOUCE							
16H30	16h45-17h30 APA										
17H00											
17H30											
18H00				18h00-19h00 Pilates	18h00-19h00 GYM DOS						
18H30	18h45-19h45 Cardio-training										
19H00			19h00-20h00 Aviron								
19H30											
20H00											
20H30											
21H00											